

ABSTRAK

BINA TARIGAN, “Penerapan Permainan Tradisional Untuk Meningkatkan Motivasi Atlet Dalam Melakukan Pemanasan Di Klub Futsal Sport Worship and Praise Bogor”. Skripsi Jakarta: Olahraga Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta, Oktober 2014.

Secara umum tujuan dari penelitian ini adalah untuk meningkatkan motivasi pemanasan atlet *Sport Worship and Praise* melalui penerapan permainan tradisional yang sudah dimodifikasi. Selain itu, penelitian ini dilakukan untuk memperoleh informasi secara mendalam tentang pengaruh permainan untuk meningkatkan motivasi. Penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan (*Action Research*) yang terdiri dari dua siklus, satu siklus terdiri dari satu tindakan.

Subyek dalam penelitian ini adalah atlet futsal *Sport Worship and Praise* Bogor. Penelitian ini dilaksanakan selama bulan Mei 2014. Yang berlokasi di daerah Jakarta Utara Tanjung Priok. Jumlah responden yang diteliti sebanyak 20 orang yang adalah anggota atau pemain dari klub *Sport Worship and Praise*.

Penelitian ini dilakukan sebanyak tiga kali pertemuan yang terdiri dari observasi awal dan dua siklus, Setiap siklus satu kali pertemuan. Observasi awal yang direalisasikan tanpa tindakan memberikan hasil 10 atau 50% atlet yang antusias melakukan pemanasan dengan permainan tradisional. Siklus pertama yang direalisasikan melalui tindakan memberikan hasil kepada atlet, hasilnya 14 atau 70% atlet termotivasi dengan penerapan permainan tradisional dari jumlah keseluruhan. Siklus kedua yang direalisasikan melalui tindakan hasil refleksi siklus dua memberikan hasil kepada atlet, hasilnya 19 atau 95% atlet termotivasi. Penelitian tuntas karena sudah mencapai target ketuntasan yang telah ditetapkan.

Berdasarkan hasil penelitian ini disimpulkan bahwa dengan model penerapan permainan tradisional dapat meningkatkan motivasi dalam melakukan aktivitas pemanasan.